

Zander auf Salat-Pürée

So beginnt ein wunderbares Menu, leicht, frisch und originell.

Zutaten für 4 Personen

130 g weiche Butter

1 Schalotte

1 Knoblauchzehe

2–3 Stiele Petersilie

1–2 Stiele Kerbel

1 Handvoll Gartenkresse

Salz

Pfeffer

Zitronensaft

1 Kopfsalat (ca. 200 g)

75 ml Fischfond

4 Zanderfilets mit Haut (à ca. 125 g)

2–3 EL Mehl

2–3 EL Olivenöl

4 Kapuzinerkresse-Blüten

Alufolie

Ca. 30 g Butter in einem kleinen Topf schmelzen und hellbraun werden lassen. Vom Herd nehmen und abkühlen lassen. Nussbutter im Kühlschrank abkühlen lassen.

Schalotte und Knoblauch schälen und fein würfeln. Petersilie und Kerbel waschen, trocken tupfen, Blättchen abzupfen und fein hacken. Die Hälfte der Gartenkresse fein schneiden.

100 g Butter, Schalotte, Knoblauch, Kresse und Kräuter gut vermengen. Mit Salz, Pfeffer und 1 Spritzer Zitronensaft abschmecken. Kräuterbutter in Alufolie zur Rolle aufrollen und kalt stellen.

Salat waschen. 4 schöne Blätter beiseitelegen. Restliche Blätter in kochendem Wasser 1–2 Minuten blanchieren. Herausnehmen und in Eiswasser abschrecken. Blätter auspressen, klein schneiden und mit Fischfond fein pürieren. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken.

Fisch waschen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Hautseite mehrmals einschneiden und in Mehl wenden. Überschüssiges Mehl abklopfen.

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Fischfilets darin auf der Hautseite je nach Dicke 4–5 Minuten braten. Fisch wenden und auf der Fleischseite ca. 1 Minute weiterbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Salatsoße in einem kleinen Topf erhitzen. Nussbutter portionsweise mit einem Pürierstab in die Soße rühren. Nochmals mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken und sofort auf Teller verteilen. Je 1 Salatblatt und Fischfilet darauf anrichten. Kräuterbutter in Scheiben schneiden, auf das Filet legen. Mit restlicher Gartenkresse und Kapuzinerkresse-Blüten garnieren.

Weintipp: Dazu passt ein frischer, feinfruchtiger Weisswein mit angenehmer Säure. Ein Schweizer Chasselas oder ein weisser aus dem Rhône-tal, ein frischer Verdejo aus Spanien oder ein Pecorino aus den Marken.

Aus unserem Sortiment:

Yvorne, Château Maison blanche

Vully Chasselas, J. D. Chervet

Château Châtagneréaz 1^{er} grand cru

Château Aigueville